

Das Geburtshaus Zehn Monde

Nachdem unser Geburtshaus im Jahr 2003 gegründet wurde, sind wir stetig gewachsen. Inzwischen sind wir mit einem Team von vierzehn Hebammen für Euch da und können Euch ein vielfältiges Kursprogramm anbieten. Außerdem arbeiten wir mit Fachleuten zusammen, mit denen wir zusätzliche Angebote für Euch entwickelt haben.

Was machen freiberufliche Hebammen?

Gebären und geboren werden folgen einer inneren Weisheit - der Intuition. Sie zuzulassen und zu fördern bedarf es einer entsprechenden inneren Einstellung und eines Umfeldes, in der sie sich entfalten kann. Angst und Unwissen erzeugen Risiken. Selbstvertrauen und Wissen geben Sicherheit. Schützende Begleitung schafft Geborgenheit.

Hebammen haben die Aufgabe, die werdende Mutter während der Schwangerschaft zu beraten und zu betreuen, sowie eine regelgerechte Entbindung verantwortlich zu leiten. Darüber hinaus betreut die Hebamme die Wöchnerin und den Säugling in den ersten Wochen und Monaten.

Jede Schwangere hat Anspruch auf Hebammenhilfe, die von den Krankenkassen getragen wird.

Das erwartet Sie...

- Mutterschaftsvorsorge
- Hilfe bei Beschwerden
- Alternative Heilmethoden
- Geburtsvorbereitung
- Gymnastik und Yoga für Schwangere
- Pilates-Gymnastik
- Rückenschule
- Wochenbettbetreuung
- Rückbildungsgymnastik und Babymassage
- Yoga in der Rückbildung
- Kurse für Mutter und Kind
- Krabbelgruppen

Wir freuen uns auf Sie!

Hebammenpraxis und Geburtshaus

Reichardtstraße 22, 06114 Halle (Saale)
Tel. (0345) 68 24 888 / Fax. (0345) 68 24 887
info@zehn-monde.de

www.zehn-monde.de

Telefonische und persönliche Kursanmeldung bei
Krankenschwester Kirsten Dümeland
montags - freitags von 8.30 bis 13.00 Uhr.

| | | |
|--------------------|-----------------|------------------|
| Antje Wohlgemuth | 0170 / 2952013 | Sprechstd. n. V. |
| Konstanze Arndt | 0177 / 3226072 | Sprechstd. n. V. |
| Ina Schandera | 0151 / 28058460 | Sprechstd. n. V. |
| Katja Bieback | 0151 / 24276438 | Sprechstd. n. V. |
| Sigrid Hörner | 0152 / 53511444 | Sprechstd. n. V. |
| Barbara Hahn | 0175 / 7098746 | Sprechstd. n. V. |
| Caroline Bobka | 0178 / 6321309 | Sprechstd. n. V. |
| Katja Meyer | 0177 / 3737714 | Sprechstd. n. V. |
| Vivien Neumann | 0176 / 24747931 | Sprechstd. n. V. |
| Josefin Schmidl | 0152 / 31863612 | Sprechstd. n. V. |
| Friederike Grabs | 0179-2108422 | Sprechstd. n. V. |
| Brigitte Mey-Lampe | 0179 / 1012266 | |

So finden Sie uns ...

Reichardtstraße - Ecke Karl-Liebknecht-Straße (Nähe Landesmuseum für Vorgeschichte, direkt am Rosa-Luxemburg-Platz mit dem neuen Spielplatz). Mit der Tram 7: Haltestelle Landesmuseum. Mit der Tram 3, 6, 12 und Linie 97: Haltestelle Reileck.

Hebammenpraxis und Geburtshaus



1. Kurse vor der Geburt Juni bis November 2019

Stand vom 22.05.2019

Wir bieten Geschwisterkurse für Elter und Kinder ab 3 Jahre an.

Termine erfahren sie bei Kirsten Dümeland
unter der Nummer
0345-6824888 im Geburtshaus

Jeden 1. Donnerstag im Monat findet von 15:00 - 16:30 Uhr unsere Stillgruppe statt. Alle interessierten & werdenden Eltern sind herzlich willkommen. (Unkostenbeitrag: 3,- €)

Beachten Sie auch unseren zweiten Flyer
(2. Kurse nach der Geburt)

Änderungen vorbehalten! © Geburtshaus Zehn Monde

Kurse vor der Geburt

Yoga für Schwangere mit Nora Kremeskötter

66 € für 6 Stunden
 Donnerstag 19:30-21:00 Uhr
 Freitag 09:00-10:30 Uhr

Yoga für Schwangere mit Brigitte Mey-Lampe

Montag 18:00-19:30 Uhr
 66€ für 6 Stunden

Wassergymnastik f. Schwangere m. Sandra Hillert

Kosten 35 € (5 mal)
 Anmeldung unter: Tel. 0345-68929326
 www.h2Ofloh.de

Pilates für Schwangere im Studio Universaale

Mit Kathleen Pabst, Anmeldung unter 0176-21016629

Geburtsvorbereitung mit Achtsamkeit mit Nora Kremeskötter

Mindfulness Based Childbirth and Parenting (MBCP)
 MBCP bedeutet Mindfulness Based Childbirth and Parenting und wurde von der Hebamme und Achtsamkeitslehrerin Nancy Bardacke in Zusammenarbeit mit Jon Kabat-Zinn entwickelt. Es ist ein Geburtsvorbereitungskurs für alle, die sich eine möglichst bewusste Geburt wünschen und neue Wege im Umgang mit Schmerz und Angst kennenlernen möchten.

9-wöchiger Kurs

Dienstags, 26.03.2019 - 28.05.2019 / 18:00 - 21:00 Uhr
 + 1 Übungstag (Samstag: 11.05.2019 / 10:00 - 16:00 Uhr)

Intensiv-Wochenende

Freitag / 14.06.2019 / 18:00 - 21:00 Uhr
 Samstag / 15.06.2019 / 10:00 - 18:00 Uhr
 Sonntag / 16.06.2019 / 10:00 - 17:00 Uhr

Die Seminare finden auf Spendenbasis statt, es wird eine Anmeldegebühr von 50,- € erhoben!

Anmeldung / Kursgebühr bitte erfragen unter:
info@gemeinsamwachsen.org

(Keine Krankenkassenleistung)

Unser Programm aktuell im Internet

www.zehn-monde.de

Kurse vor der Geburt

Wochenend-Geburtsvorbereitung für Paare

| | | | |
|------------------------------|----|------------|-----------------|
| | Fr | 30.08.2019 | 18:30-21:30 Uhr |
| Feierabendkurs mit Sigrid | Sa | 31.08.2019 | 09:30-12:30 Uhr |
| | Fr | 06.09.2019 | 18:30-21:30 Uhr |
| | Sa | 07.09.2019 | 09:30-15:30 Uhr |
| | Fr | 04.10.2019 | 18:00-21:30 Uhr |
| Feierabendkurs Mit Vivien | Sa | 05.10.2019 | 09:30-13:00 Uhr |
| | Sa | 11.10.2019 | 18:00-21:30 Uhr |
| | Fr | 12.10.2019 | 09:30-13:00 Uhr |
| | Fr | 15.11.2019 | 18:00-21:30 Uhr |
| Feierabendkurs mit Vivien | Sa | 16.11.2019 | 09:30-13:00 Uhr |
| | Fr | 22.11.2019 | 18:00-21:30 Uhr |
| | Sa | 23.11.2019 | 09:30-13:00 Uhr |
| | Fr | 06.12.2019 | 18:30-21:30 Uhr |
| Feierabendkurs mit Sigrid | Sa | 07.12.2019 | 09:30-12:30 Uhr |
| | Fr | 13.12.2019 | 18:30-21:30 Uhr |
| | Sa | 14.12.2019 | 09:30-15:30 Uhr |

Leistung der Krankenkasse. Kosten für Partner/Partnerin: 75€ Vorkasse.

Wenn nicht anders angegeben, bitten wir um telefonische Anmeldung für Kurse im Geburtshaus

Kurse vor der Geburt

Kleine Geburtsvorbereitung für Mütter

| | | |
|---------|------------|-----------------|
| Samstag | 07.09.2019 | 10:00-17:00 Uhr |
| Samstag | 19.10.2019 | 10:00-17:00 Uhr |
| Samstag | 09.11.2019 | 10:00-17:00 Uhr |
| Samstag | 14.12.2019 | 10:00-17:00 Uhr |

Leistung der Krankenkasse.

Geburtsvorbereitung ohne Partner

| | | |
|----|-------------------|-----------------|
| Do | 06.06.-04.07.2019 | 10:30-13:00 Uhr |
| Do | 22.08.-19.09.2019 | 10:30-13:00 Uhr |

Leistung der Krankenkasse.

Geburtsvorbereitung mit & ohne Partner

| | | |
|----|-------------------|-----------------|
| Di | 02.07.-13.08.2019 | 16:30-18:30 Uhr |
| Mi | 17.07.-28.08.2019 | 17:30-19:30 Uhr |
| Mi | 25.09.-06.11.2019 | 17:30-19:30 Uhr |
| Di | 29.10.-10.12.2019 | 16:30-18:30 Uhr |
| Mi | 27.11.-22.01.2020 | 17:30-19:30 Uhr |

Leistung der Krankenkasse. Kosten für Partner/Partnerin: 75€ Vorkasse.

Englische Geburtsvorbereitung Prenatal classes

Termine auf Anfrage

Leistung der Krankenkasse. Kosten für Partner/Partnerin: 75€ Vorkasse.

Wenn nicht anders angegeben, bitten wir um telefonische Anmeldung für Kurse im Geburtshaus